

 \sum_{FSC}





RUSSOS JUNTAM BALÉ E CIRCO EM PISTA DE GELO NO

TEATRO COLISEU (pág 12)



BANCO

SANTOS Segunda-feira. 7 de maio de 2012 Edição nº 574, ano 3





de Neymar, Peixe derrota o Guarani por 3 a 0 no jogo de ida da finalíssima do Paulistão

{pág 15}

Começa hoje

CPI de caso Cachoeira terá sala à prova de vazamento

- Regras rígidas de segurança para garantir o segredo de Justiça desagradam parlamentares
- Espaço no subsolo do Senado guardará documentos e ficará sob vigilância 24 horas por dia (pág 06)

Santistas pagaram R\$ 568 mi em impostos em 2012

Cálculo do impostômetro mostra que brasileiro trabalha 5 meses para saldar tributos (pág 02)

Nicolas Sarkozy, atual presidente, reconheceu derrota logo após o fim da votação (pág 08)

Nova poupança ainda é melhor

aplicação dá mais lucro, pois não tem taxas de administração (pág 07)





Embora esteja menos rentável,





Voluntários

hipertensos

A Unifesp da Baixa-

da Santista está re-

com idade entre 60

e 75 anos que sejam

participar de pesqui-

sa, onde serão reali-

sangue e de pressão

crutando idosos

hipertensos para

zados exames de

arterial. O estudo

tem o objetivo de avaliar a influência

do exercício físico

na pressão arterial

e marcadores bioquímicos (coleste-

rol, glicemia etc).

O grupo de voluntá-

rios que será contro-

lado será composto

por pessoas seden-

tárias. Os interessa-

dos devem compa-

recer à Unifesp no

dia 11, às 16h e falar com Fábio. A Unifesp fica na avenida Ana Costa, 95, 2º Andar. Informações:

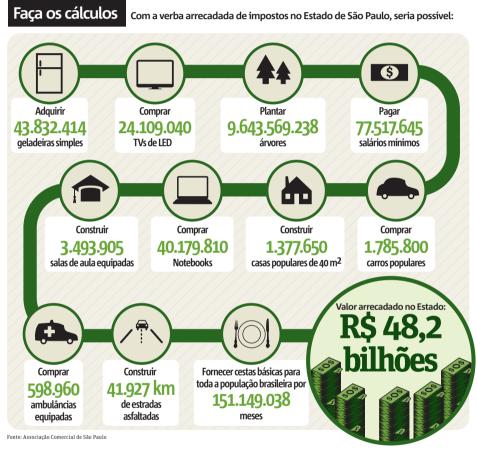
Idosos

Santista já pagou R\$ 568 mi em impostos

O Carga tributária é alta, porém pagamentos de impostos federais, estaduais e municipais não são

revertidos à população Dados são do 'impostômetro'

Faça os cálculos



De acordo com o impostômetro, que calcula a quantidade de tributos federais, estaduais e municipais pagas no país, da ACSP (Associação Comercial de São Paulo), os santistas pagaram desde ja-neiro cerca de R\$ 568 milhões em impostos. Se fosse dividir esse montante pelo número de habitantes, é como se cada um tivesse pago cerca de R\$ 1.300.

No entanto, o economista Marcel Solimeo, da ACSP, afirma que a conta não é tão simples. O fato de a cidade possuir porto, faz com que os tributos sejam mais altos. "Quanto mais se movimenta, mais se paga. Portanto, não é possível fazer uma conta apresentando genérica quanto cada morador gastou. Cubatão, por exemplo, que é uma cidade industrial, tem faturamento alto em impostos.'

Mas há uma verdade: o brasileiro trabalha cinco meses por ano somente para pagar impostos. Segundo o economista, o valor alto tem relação com os gastos dos governos, seja por pagamento de juros elevados de dívidas do passado, desvios de di-

nheiro e desperdício. "Quem paga a conta é o contribuinte. Tem gente que, por não declarar o imposto de renda, fica agradecido pelo fato de governo dar saúde e educação, mesmo que de forma precárias. No entanto, taxas de luz e telefone, por exemplo, tem 40% do seu valor em impostos", afirma Solimeo.

O impostômetro calcula o valor de arrecadação de impostos do ano anterior, baseados nos orçagovernos mentos dos federal, estadual e municipal.



Impostos

Veja quanta cada cidade pagou em impostos de janeiro até agora.

- Santos R\$ 568 milhões.
- Cubatão R\$ 339 milhões.
- Guarujá R\$ 311 milhões.
- Praia Grande R\$ 275 milhões
- São Vicente R\$ 242 mi-



stamos chegando a um momento histórico de nossa nação, ou o país é passado a limpo agora ou nunca mais ou Jentão para não ser muito radical ou pessimista số daqui a muito tempo!

Resumo da ópera, não podemos nem devemos perder o bonde da história.

A CPI do Cachoeira pode representar uma redenção política da própria classe e quem a ela estiver ligada.

Ou seja, quem bebeu desta água podre tem que pagar.

Por isso, bons políticos – são poucos, mas existem – têm que mostrar um Brasil de cara nova, sem corporativismo na hora de combater a corrupção.

Afinal, funciona como acender a lâmpada de casa. Alguém (o corrupto) tem que apertar o interruptor por enquanto da impunidade. E nessa linha fez-se a luz.

Dilma é bom exemplo de limpeza ética com expurgo de ministros envolvidos com sujeira e da uma prova que vai além da promessa. Na última semana, falando em cadeia nacional, cobrou dos banqueiros a queda de juros já adotada pela Caixa e pelo Banco do Brasil. Não há outro caminho tão simples como andar para frente.

Transparência mais punição para quem se apropria de dinheiro público e distribuição da riqueza nacional na mesa do brasileiro.

Cotações

7805-3253.

METRO SANTOS





FALE COM A REDAÇÃO 013/3345-9000

COMERCIAL: 013/3528-6993

O jornal Metro circula em 22 países e tem alcance diário superior a 20 milhões de leitores. No Brasil, é uma joint venture do Grupo Bandeirantes de Comunicação e da Metro Internacional. É publicado e distribuído gratuitamente de segunda a sexta em São Paulo, ABC paulista, Santos, Campinas, Rio de Janeiro, Curitiba, Belo Horizonte e Porto Alegre, somando mais de 440 mil exemplares

EXPEDIENTE

Metro Brasil, Presidente: Cláudio Costa Bianchini.

Diretor de Redação: Fábio Cunha (MTB: 22.269). Diretor Comercial e Marketing: Carlos Eduardo Scappini. Diretora Financeira: Sara Velloso. Diretor de Operações: Luís Henrique Correa.

Editor Chefe: Luiz Rivoiro. Editor de Arte: Vitor Iwasso. Coordenador de Redação: Irineu Masiero. Gerente Comercial Nacional: Ricardo Adamo.

Metro Santos. Editor Executivo: Marcelo Camargo (MTB: 33.618). Diagramação: Nathália Halcsik. Gerente Comercial: Luciano Pessoa Editado e distribuído por SP Publimetro S/A. Endereço: rua José Caballero, 15, Gonzaga, CEP 11055-300, Santos, SP. Tel.: 013/3345-9000



auditadas pela BDO.

Inflação de abril fica em 0,29%

metr

santos

O IPC (Índice de Preços ao Consumidor) em Santos no mês de abril apresentou inflação de 0,29%, pouco abaixo do índice de março (0,31%). Segundo o Nese (Núcleo de Pesquisas e Estudos Socieconômicos) da Unisanta, responsável pela pesquisa, a inflação pode ser considerada moderada e mostra que há boa estabilidade na economia para o momento.

Na pesquisa, os grupos alimentação, transportes e vestuário foram os principais causadores da inflação mensal, os demais apresentaram inflação moderada.

No setor de habitação a a inflação ficou em 0,11%, com destaque para os artigos de cama, mesa e banho, com aumento médio de 9,7% e os aparelhos de som e imagem, com 5,3%.

METRO SANTOS

Mortes no trânsito caem 12% na BS

O Queda é referente ao primeiro trimestre de 2012, em comparação ao mesmo período de 2011 No entanto, lesões corporais causadas por acidente no trânsito ainda são altas e foram de 1.431 nos meses de janeiro, fevereiro e março, com um aumento de 0,7% Dados são da SSP

O número de homicídios culposos (sem intenção de matar) por acidente de trânsito caiu 12% no primeiro trimestre deste ano na Baixada Santista. Em 2011 foram 78 casos, contra 68 em 2012. No entanto, o total de lesões corporais culposas por acidentes de trânsito é alto, com 1.431 neste ano. Por dia, 16 pessoas saíram feridas em acidentes de trânsito somente neste ano na região. No primeiro trimestre de 2011 foram 1.421

ocorrências deste tipo.

Os dados são da SSP (Secretaria de Segurança Pública), que divulga mensalmente estatísticas de criminalidade.

De acordo com a especialista em trânsito Patrícia Bertozzi, também professora da Unimonte, a queda no primeiro trimestre deste ano no número de homicídios culposos no trânsito pode ter relação com o aumento do número de efetivo policial durante a Operação Verão,

com o acréscimo de mais 1.600 policiais durante a temporada.

Apesar de ter havido um pequeno aumento, de 0.7% no número de lesões corporais culposas por acidente de trânsito, a professora considera que as ocorrências ainda são muito altas.

Para a especialista, o problema só será solucionado quando houver um cumprimento mais efetivo da lei seca. "Grande parte dos acidentes no

trânsito ocorre pelo fato de o condutor, de bicicleta, carro ou moto, estar embriagado", afirma.

é a soma de homicídios culposos por acidente de trânsito e lesões corporais por acidente de trânsito acumulado no primeiro trimestre deste ano. segundo a SSP.

Saúde

Os números da Secretaria de Estado da Saúde mostram que os gastos com acidentes de trânsito são elevados. Dados do SUS (Sistema Único de Saúde) mostram que no ano passado o sistema público gastou cerca de R\$ 2,442 milhões com acidentes de trânsito somente na Baixada Santista.



Aumenta o número de casos de dengue tipo 4

O número de casos de dengue tipo 4 subiu para sete na Baixada, sendo seis em Santos e um em São Vicente. A dengue apresenta quatro sorotipos e a do tipo 4 era inédita na região. Segundo Marcelo Brenna do Amaral, chefe da Seção de Controle de Vetores da Secretaria Municipal de Saúde de Santos, o fato de a pessoa contrair o tipo 4 não significa que a doença será mais severa.

No entanto, é preciso atenção. "Como esse sorotipo foi introduzido agora, em tese toda a população fica mais suscetível a elé." Cada pessoa só contrai um determinado sorotipo uma vez na vida.

Por isso, é importante não deixar focos do mosquito em casa. Jogar entulho na rua é atitude condenada, já que pode aumentar a proliferação do mosquito. Até a última sexta-feira foram detectados 114 casos de dengue em Santos. Desde 2010 o município tem uma lei que multa os munícipes que impedirem a entrada do agente da dengue, assim como ter focos que ofereçam risco à população.

METRO SANTOS





Orquidário reabre em 5 de junho

Fechado para reforma desde maio de 2009, o Orquidário de Santos será reaberto no dia 5 de junho. O atraso na entrega das obras foi grande. A Construpel, empresa responsável pela obra faliu, obrigando a prefeitura a abrir nova licitação em dezembro passado. A Termarq Engenharia deu continuidade aos trabalhos. Segundo o secretário de Turismo Marcelo Fachada, o parque ganhou novo paisagismo e os recintos dos animais estão mais modernos, seguindo todas as normas de acordo com o Ibama. Além disso, mais de três mudas de orquídeas foram plantadas nas árvores. Atualmente, o parque possui cerca de 600 animais, que permaneceram no local mesmo durante a reforma.

Com público de 4 milhões, Virada acumula problemas

 Evento é marcado por excesso de álcool, brigas e até uma morte
 Ocorrências foram pontuais, diz prefeitura

Em 24 horas de evento, das 18h do sábado até as 18h de ontem, a 8ª edição da Virada Cultural chegou ao fim com um saldo trágico. Uma jovem de 17 anos morreu por overdose e duas pessoas foram baleadas. Segundo a PM (Polícia Militar), nove adultos foram presos por tráfico e assaltos, além de 14 adolescentes apreendidos por roubos de bonés e celulares

O consumo excessivo de bebidas alcoólicas resultou em 67 atendimento na Santa Casa de Misericórdia, no bairro de Santa Cecília.

Quem decidiu sair de casa para ver as apresentações oferecidas teve de enfrentar falta de banheiros químicos, pouca sinalização para encontrar os palcos, além de presenciar brigas entre grupos de jovens. Em um delas, cerca de 100 adolescentes entraram em confronto no palco Boulevard São João. O show m homenagem a Elis Regina parou até que a Polícia Militar controlasse a situação.

No metrô Anhangabaú, seguranças trocaram socos com três jovens que tentavam passar pelo bloqueio sem pagar a passagem.

Segundo os organizadores das apresentações, cerca de 4 milhões de pessoas acompanharam a edição deste ano. O número é praticamente o mesmo de 2011

Na avaliação do subprefeito da Sé, Nevoral Bucheroni, os problemas foram "pontuais" para um evento do tamanho da Virada Cultural. Bucheroni disse que as brigas registradas não maculam a imagem da iniciativa. METRO

LEIA MAIS SOBRE AS ATRAÇÕES DA VIRADA NA PÁGINA 11

Galinhada de Alex Atala tem fila e confusão no Minhocão

Uma das atrações mais esperada da Virada Cultural, a galinhada Dalva e Vito, elaborada pelo chef de cozinha Alex Atala, acabou decepcionando o público.

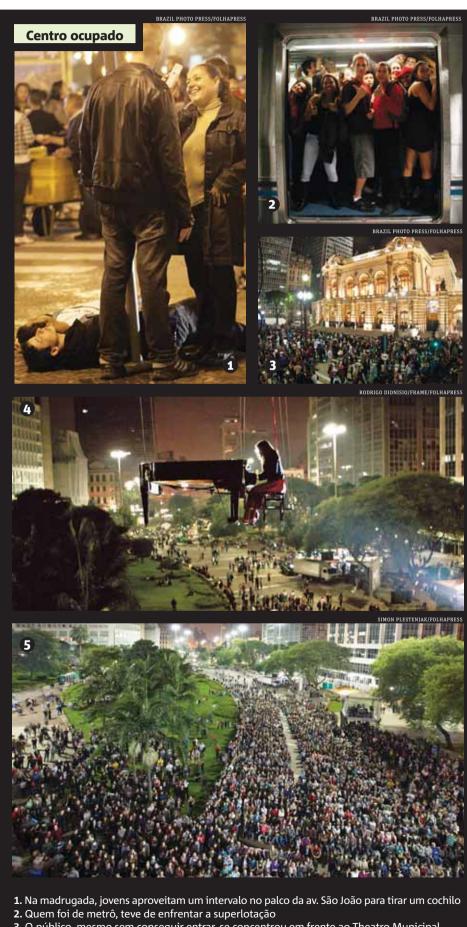
Com muita desorganização, pessoas aguardaram por horas em uma fila improvisada no Minhocão, onde a barraca de comida estava montada. Houve muita confusão na hora da distribuição das senhas para a atração gastronômica.

Quando a barraca abriu, com 45 minutos de atraso, uma multidão invadiu a área para furar a fila e conseguir degustar o prato criado por Atala, considerado o quarto melhor chef de cozinha do mundo.

O próprio Alex Atala não conseguiu chegar até o espaço. Ele acabou só participando do evento realizado na tarde de ontem.

Segundo o secretário municipal da Cultura, Carlos Augusto Calil, o evento recebeu 5 mil pessoas, número bem acima do previsto pelos organizadores e pela equipe de Atala.

Calil disse que a prefeitura irá avaliar os problemas ocorridos e buscar um novo modelo em 2013.



- 3. O público, mesmo sem conseguir entrar, se concentrou em frente ao Theatro Municipal
- ${\bf 4.}$ A pianista holandesa Daria Van Den Vercken se apresentou suspensa por cabos, no Vale do Anhangabaú
- 5. Multidão assiste à apresentação do Balé da Cidade
- de São Paulo, no Vale do Anhangabaú

Você curtiu a Virada?

Laura Viana:
Acredito que o
evento saiu do controle,
não há organização. Voltei
para casa frustrada.

Renan Marra: Curti a Virada. Gostei das bandas e consegui ver todos os shows.

Rafael Kendi: Gosto da idea do evento, da arte para todos, mas alguns passam dos limites. Vi pessoas quebrando uma van na rua dos Gusmões.

Laura Paffi:
Me senti tranquila,
tinha muitas
viaturas policiais e
ambulâncias
nas ruas.

Mariana David:
Os shows não
atrasaram e foram
muito bons. Curti!

Luisa Coquemala:
Os banheiros
comunitários
estavam sem condições
de uso, tanto pelo odor,
quanto pelas filas.

Vinho e uísque ilegais são apreendidos

A Polícia apreendeu cerca de 140 litros de um suposto vinho químico e 34 litros de uísque falsificado na noite de anteontem, na Virada Cultural.

Vinte policiais civis da DPPC (Delegacia de Crimes contra a Saúde Pública), trabalharam desde o início do evento para combater o consumo de bebidas adulteradas e dezenove pessoas foram presas pelo crime.

O vinho químico é uma mistura imprópria para o consumo, e pode conter até álcool de uso doméstico. Além disso, não há autorização legal para sua comercialização.

Todo o material apreendido durante a Virada Cultural foi encaminhado à perícia, para comprovar se houve adulteração ou não em seu conteúdo.

ELIBERTY CONTROLE





LIGAÇÕES ILIMITADAS PARA QUALQUER TIM DO BRASIL



POR R\$ Z / MÊS

JÁ COM R\$10 EM CRÉDITO PARA USAR COMO QUISER

TORPEDOS, INTERNET E CHAMADAS

LIGUE QUANTAS VEZES QUISER. FALE PELO TEMPO QUE DESEJAR. E, MESMO SE OS CRÉDITOS ACABAREM, VOCÊ CONTINUA FALANDO ILIMITADO.

LIGAÇÕES ILIMITADAS TIM-TIM LOCAIS E DDD COM 0 41.



Você, sem fronteiras.

A franquia de R\$ 27 do Liberty Controle refere-se a R\$ 17 para falar ilimitado para números TIM em chamadas locais e 000 com o código 41 e R\$ 10 convertidos em creditos em reais para serem utilizados em chamadas de duração ilimitada para números fixos locais de qualquer operadora e outros tipos de chamadas e serviços adicionais. O Liberty Controle é válido para clientes pessoa física e é de abrangência nacional. O beneficio Infinity Torpedo permite que o cliente Liberty Controle envie torpedos (SMS) do seu móvel TIM para qualquer operadora do país pagando somente o valor do primeiro envio do dia. Os demais torpedos enviados no mesmo día serão gratuitos. O beneficio Infinity Web permite que os clientes naveguem na internet de seu movel TIM pagando somente o valor da primeira conexão do dia. As demais conexões do dia não serão cobradas. A velocidade máxima de acesso será de 300 kbps e o volume de consumo el imitado a 10 MB diários ou 300 MB mensals. Após atingir o limite, a velocidade de conexão do dia do mês vigente. O cliente Liberty Controle en reals en concidences que en caráltos en reals do seráo concidences con en consulta o por créditos validos e ativos quara avestrair dos beneficios. Para mais información em controle de sua condições e a vigência dessas ofertas consulta o recolamente em www.tim.com.br.ou.inue = 144 do seu TIM. Sou en TIM. Joure 1056.



Novos postos para visto abrem hoje

A partir de hoje começam a funcionar os CASVs (Centros de Atendimento ao Solicitante de Visto) para requisitar o visto norte-americano. Serão seis novos postos: dois em São Paulo e um nas capitais Rio, Belo Horizonte, Brasília e Recife.

Eles devem diminuir a espera para a entrevista, além de ser mais barato. O preenchimento do formulário (DS-160) continuará sendo o mesmo. A taxa do visto foi fixada em U\$ 160 e o pedido deve ser feito exclusivamente em um dos novos postos. Os seis postos norte-americanos vão funcionar de segunda a sexta-feira, das 7h às 18h, e aos domingos, das 13h às 18h. **● METRO**

Traqueostomia em Pedro foi bem-sucedida

O cantor Pedro Leonardo foi submetido a uma traqueostomia, ontem, com sucesso e sem intercorrências, de acordo com o boletim médico divulgado pelo Hospital Sírio-Libanês, em São Paulo. O cantor segue estável, internado na UTI. O METRO RIO

Audiência no STF debate Lei Seca

Em vigor desde junho de 2008, a Lei Seca vai ser debatida a partir de hoje em audiência pública no Supremo Tribunal Federal

A Associação Brasileira de Bares e Restaurantes classifica a legislação como autoritária. Alega que a Lei Seca obriga o motorista a produzir provas contra sí e ser penalizado antes que a decisão tenha transitado em julgado. Médicos, especialistas e entidades vão discutir os efeitos do álcool e a possiblidade de erros da medição feito pelos bafômetros.

MARCELO FREITAS

CPI do Cachoeira cria bunker antivazamento

Espaço no Senado irá guardar documentos das operações Vegas e Monte Carlo e terá vigilância 24 horas • Haverá seguranças na porta e câmeras de vídeo externas e internas

Pela primeira vez em 59 anos de comissões parlamentares de inquérito, os deputados e senadores vão ter regras para guardar segredos. A partir de hoje, comeca a funcionar a sala-cofre da CPI criada para investigar um esquema de jogos ilegais. Será o local mais vigiado e cobiçado pelos parlamentares.

"A prudência é para preservar o segredo de Justiça dos documentos e evitar que toda a apuração seja invalidada por causa de vazamento de informação", diz o presidente da CPI, sena-Vital do Rêgo (PMDB/PB).

No subsolo, sob vigilância 24 horas, está a documentação das operações Vegas e Monte Carlo, deflagradas pela PF (Polícia Federal) e que jogaram luzes sobre o esquema comandado pelo bicheiro Carlinhos Cachoeira, que segue preso em Brasília.

São 15 mil páginas de investigação, em 40 volumes, que vão poder ser apenas consultadas. Um privilégio garantido somente aos 32 deputados e senadores da comissão. "É uma decisão que compromete o trabalho parlamentar, porque os assessores também precisam

Localizado no subsolo da Ala O bunker da CPI Alexandre Costa, do Senado Federal Cada parlamentar vai assinar, toda vez que fizer consulta, um termo de confidencialidade A documentação impressa vai ser quardada em cofre Somente o relator. deputado Odair uma fora da porta de vidro Cunha, vai ter acesso e outra, interna, filmam especial à sala 24 horas por dia ★ É vetada a presença de assessores

X Para evitar vazamento de informações, será proibido o uso de celular, máquina fotográfica ou filmadoras dentro da sala

ter acesso à documentação para ajudar nas análises", protesta o líder do PSDB no . Senado, Álvaro Dias.

Um grupo de parlamentares estuda levar à votação sugestões para facilitar uma avaliação mais detalhada

A proposta é que o controle, considerado rigoroso, dê lugar a uma senha que deixe registrada o responsável pelo acesso. Caso contrário, alguns deputados e senadores ameaçam recorrer à Iustica.

Os parlamentares recebem nesta semana uma cartilha com orientações para manusear as informações liberadas pela PF.

DEPOIMENTOS

Sessões reservadas

A CPI do Cachoeira comeca a fase de depoimentos esta semana, com sessões reservadas.

Amanhã, o delegado da Polícia Federal Alexandre de Souza depõe sobre a Operação Vegas.

Na quinta-feira, será a vez do delegado Matheus Rodrigues e dos procuradores Daniel Salgado e Lea Oliveira, responsáveis pela Monte Carlo. marcelo freitas

■ é a altura **5**em metros da papelada acumulada até agora pela CPI. Se fosse empilhada, equivaleria a um prédio de dois andares ou à altura do paredão da Muralha da China.

A divulgação de documento sigiloso é crime com pena prevista no Código Penal. O artigo 153 prevê prisão entre seis meses e um ano, mais multa. "Em CPIs, o vazamento é uma cultura. Vamos ter agora papéis escritos de próprio punho", diz o cientista político David Fleischer.

MARCELO FREITAS

Alvos de desejo

Entre os papéis da CPI, as "joias da coroa" são:

As ligações de Cachoeira A rede de contato tem até agora 13 parlamentares, mas o número pode crescer.

Os esquemas da Delta A construtora teria fraudado contratos de estatais e governo estaduais.

O lobby do bicheiro A farta documentação revela o poder do bicheiro em legalizar jogos no país.

Relações políticas Uma ligação entre um político e Cachoeira pode mudar as eleições de outubro.

Niemeyer deve receber alta nesta segunda

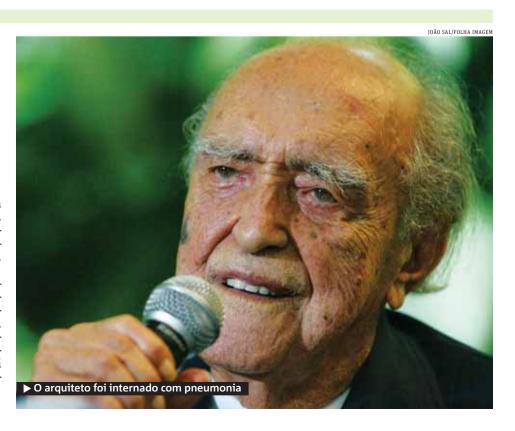
O arquiteto Oscar Niemmeyer, 104 anos, deve receber alta hoje, de acordo com informações de sua filha Ana Lúcia Niemever.

O maior arquiteto brasileiro está internado no Hospital Samaritano, no Rio de Janeiro, desde quarta-feira da semana passada, por causa de uma pneumonia.

A filha de Niemeyer contou que ele continua recebendo soro e medicamentos pela veia e respira sem a ajuda de aparelhos. "Ele está bem e, de acordo, com os médicos, voltará para casa na segunda", afirmou Ana Lúcia.

Oscar Niemeyer é reconhecido internacionamente como um dos mais importantes arquitetos vivos. Autor dos principais palácios de Brasília, celebrizou-se pelas curvas que dá ao concreto e projetos internacionais.

METRO BRASÍLIA



Nova poupança ainda vai bater fundos e CDB

- Caderneta vai render menos, mas continua atrativa
 Taxa de administração será decisiva na escolha
- O governo mudou as regras para o cálculo da rentabilidade da poupança, mas a aplicação continuará mais atrativa do que o CDB e os fundos de renda fixa. Para escolher a melhor opção, o investidor deve avaliar custos com a taxa de administração e o

Quando a Selic cair para 8,5% ao ano, quando passa a vigorar a nova regra para a caderneta, a poupança renderá menos. No entanto, a tradicional aplicação do brasileiro ainda deve superar fundos com taxas de administração acima de

Imposto de Renda cobra-

dos das aplicações.

1,3% e CDBs com ganhos abaixo de 90% do CDI.

"É difícil achar fundos com taxas de administração que valham a pena. taxas menores exigem aplicações elevadas", afirma Rafael Paschoarelli, professor da FEA/USP (Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade da Universidade de São Paulo) e responsável pelo site www.comdinheiro.com.br.

Para os especialistas, os bancos serão obrigados a reduzir as taxas para não perder clientes. "As instituições terão de buscar alternativas mais rentáveis, mesmo para os pequenos investidores", diz Samy Dana, professor de finanças da FGV (Fundação Getúlio Vargas).

Até mesmo o Tesouro Direto perde para a poupança no curto prazo. A desvantagem se deve ao custo com o IR e taxas dobradas da aplicação.

Pelos cálculos de Dana, o Tesouro é mais lucrativo que a poupança quando a Selic estiver acima de 8,5%, independente do período de aplicação. "Quando a Selic estiver abaixo de 8,25%, a aplicação na poupança será mais vantajosa para aplicações de até seis meses", completa. • METRO

O que mudou

O governo estabeleceu na semana passada novas regras para o cálculo do rendimento da caderneta de poupança. A mudança atinge depósitos feitos a partir do dia 4 de maio.

► Como era

Os recursos eram corrigidos pela TR (Taxa Referencial) mais juros de 0,5% ao mês (6,17% ao ano).

▶ Como ficou

Toda vez que a Selic cair para 8,5% ao ano ou menos, a poupança passa a remunerar seus aplicadores em 70% da Selic ao ano mais TR. Quando a Selic estiver acima de 8,5%., as regras permanecem as mesmas. A aplicação continua sendo isenta de Imposto de Renda.

Compare Rentabilidade da nova poupança e demais aplicações com a queda Selic Como ficaria uma aplicação Avaliação deve levar em conta de R\$ 1 mil prazo, investimento inicial, taxas 9% 8,50% 7,50% em um ano de administração e impostos Para depósitos anteriores ao dia 4/5, a recomendação é manter o investimento Para quem planeja uma nova aplicação, a 6,42 6,14 5,45 em % caderneta continuará atrativa em relação à renda fixa e ao CDB, mesmo com a queda de juros. A vantagem continua sendo a em R\$ 61.36 54,49 isenção de impostos e taxas O investidor deve avaliar a remuneração CDB** em relação ao CDI. No curto prazo, aplicações que pagam o percentual abaixo 6,45 6.10 em % 5,38 de 90% continuarão perdendo para a caderneta. A alíquota de Imposto de Renda varia de 15% a 22,5%, dependendo em R\$ 64,54 60,97 53.82 do prazo de aplicação Continua sendo a aplicação de melhor Tesouro Direto rentabilidade. A poupança só se toma mais atrativa para aplicações até seis meses com a Selic abaixo de 8,25% ao 6,86 6,46 5.66 ano. Além do IR, os investimentos no Tesouro estão sujeitos a taxas de negociação, de custódia e corretagem em R\$ 68,61 64,62 56,64 A tendência é continuar com ganhos inferiores aos da poupança, conforme a simulação. O investimento pode 5,59 4,79 em % compensar para taxas de administração baixas, o que exige um volume alto de aplicação. Também é tributado

Banco do Brasil faz terceiro corte de juros

O Banco do Brasil promoveu uma nova redução nas taxas de juros para pessoa física, e reformulou linhas de crédito que contam com garantia de imóveis ou veículos. É o terceiro anúncio de corte desde o início de abril.

Para clientes que tiverem conta salário no BB e aderirem ao programa Bom pra Todos, os juros do cheque especial foram reduzidos de 8,31% para 3,94% ao mês, em taxa única. Essa nova taxa vale a partir de 10 de maio. As linhas de crédito pessoal (CDC automático e CDC renovação), que tinham taxa

máxima de 5,79%, passarão a ter de 3,94% ao mês.

Para clientes que não recebem salário pelo banco, a instituição anunciou uma linha de crédito para pessoas físicas com garantia de imóvel próprio, com juros reduzidos [entre 1,52% e 1,6% ao mês] e

prazo de pagamento de até 180 meses. Essa linha de crédito estará disponível apenas para quem tem renda acima de R\$ 6 mil. Os clientes podem financiar até 50% do valor do imóvel que está em seu nome.

METRO



Você sempre faz parte dos planos dela.

No mês das mães, faça um plano para sua mãe com 15% de desconto e isenção da taxa de inscrição.

Adquira também o Plano Odonto com desconto

Ana Costa Saúde

Av. Ana Costa, 468 . Gonzaga . Santos . www.anacostasaude.com.br . Tel.: (13) ${ extbf{3285.1200}}$

Partido conservador avança na Grécia

O partido conservador Nova Democracia e o socialista PASOK devem garantir a maioria no Parlamento grego. As eleições parlamentares do país indicavam até as 21h de ontem que os conservadores já tinham 20% da preferência e o socialista 13,8%, segundo pesquisas de boca de urna.

Se esses números forem confirmados pelos resultados oficiais, os partidos a favor do resgate da UE (União Europeia) e do FMI (Fundo Monetário Internacional) não terão apoio suficiente para formar um governo de coalizão estável. Além disso, a Grécia pode sofrer uma nova instabilidade política, o que retomará a crise de dívida da zona do euro.

O partido neonazista de extrema direita, Chryssi Avghi (Amanhecer Dourado), também conquistou uma vaga no parlamento ao ter entre 6% e 8% dos votos, o que garante de 13 a 22 cadeiras no Parlamento.

O crescimento da preferência pala extrema direita também foi comprovada com o destaque de Marine Le Pan no primeiro turno das eleições presidenciais da França. • METRO



Opositores protestam contra Putin na Rússia

Milhares de pessoas protestaram ontem no centro de Moscou, capital da Rússia, na chamada Marcha dos Milhões, contra o presidente eleito, Vladimir Putin, que toma posse do cargo hoje e pode permanecer no poder até 2014.

Para conter os opositores, a tropa de choque da polícia prendeu cerca de 20 manifestantes em diversas cidades.

Os acessos para chegar à praça Bolotnaya, local onde estava prevista a realização de um comício na capital, foram bloqueados.

Segundo as autoridades, cerca de 8 mil pessoas participaram da marcha. Os organizadores mencionaram 20 mil. ● METRO





'Franceses escolheram a mudança', diz Hollande

Candidato socialista vence eleições presidenciais na França e promete diminuir a dívida pública • Sarkozy assume a derrota em discurso

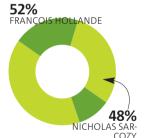
Com 52% dos votos válidos, o candidato socialista, François Hollande, venceu as eleições presidenciais da França realizadas ontem ao derrotar Nicolas Sarkozy, que teve 48% de preferência no pleito. Logo após o fim da votação, Sarkozy admitiu a perda para o seu adversário, que assumirá o cargo no próximo dia 15.

Em seu primeiro discurso como presidente eleito, Hollande garantiu que irá diminuir a dívida pública e as medidas de austeridade propostas pela UE (União Europeia). O candidato tam-

França não é mais de Sarcozy

Em números

Resultado da eleição presidencial na Franca.



bém afirmou que os franceses "escolheram a mudança", em referência ao seu concorrente conservador.

Ele é primeiro socialista a chegar à presidencia desde François Mitterrand em 1995. Sua vitória foi celebrada na Place de la Bastille, praça emblemática da Revolução Francesa. Milhares de pessoas levaram bandeiras vermelhas e rosas, símbolo do Partido Socialista.

Novo foco

Com a derrota, o UMP, partido de Sarcozy, focará seus esforços nas eleições parlamentares, marcadas para junho. • metro

Análise

O MAIS DIFÍCIL ESTÁ POR VIR

A vitória de Hollande vem após uma longa campanha tediosa. Há um ano, quando o socialista anunciou sua candidatura, ele foi ridicularizado pela mídia e pelos franceses. As pessoas apenas passaram a acreditar que Hollande era uma ameaça a Sarcozy após a prisão de Dominique Strauss-Kahn.

Hollande venceu as eleições porque ele representa a mudança. Mas a razão mais óbvia para a sua vitória é a rejeição dos franceses por Sarcozy - presidente mais impopular

Agora, o socialista terá que superar muitas expectativas. Possivelmente ele sentirá mais dificuldades em atender às necessidades do país do que se Sarcozy fosse reeleito.





Cidades em livro

Crônicas de João Paulo Cuenca estão reunidas em 'A Última Madrugada' Livro será lançado amanhã em SP

Aos 33 anos, João Paulo Cuenca coleciona um volume de texto digno de qualquer escritor veterano: são três romances no currículo, além de um punhado de roteiros para teatro e um sem-número de crônicas.

Parte dessa produção, veiculada pelos jornais "Tribuna da Imprensa", "Jornal do Brasil" e "O Globo" entre 2003 e 2010, está reunida em "A Última Madrugada" (Leya, 240 págs., R\$ 39,90), que será lançado amanhã, no Sesc Vila Mariana, no programa Sempre um Papo.

"Não publicava crônicas havia um ano e meio, então quis ver se as que já tinha resistiam ao tempo", diz ele.

Os textos mostram sua visão sobre o Rio, onde vive e também a de cidades pelas quais passou, como Paris, Londres e Tóquio. "A seleção foi difícil Não concordo com muita coisa que escrevi e precisei editar. Foi um processo de autodescobrimento."

Apesar do intenso trânsito pelo universo cronista, Cuenca diz evitar levar esse olhar para a ficção. "Posso até roubar alguma ideia daí, mas estou sempre querendo criar um narrador que não seja eu", afirma ele, que atualmente prepara um novo romance.

No Sesc Vila Mariana (r. Pelotas, 141, tel.: 5080-3000). Amanhã, às 20h. Grátis.





pequeno para cuidar?

Aceitei quando ainda estava grávida. Gosto muito da história, e achei que a maternidade era o momento propício para este trabalho por causa de sua leveza e delicadeza.

Como papéis mais leves fizeram você rever a carreira de atriz?

O humor é libertador. Ele te dá certa inconsequência. Já o drama te aprisiona por conta do realismo, te impede de rir de ti mesmo. A Jéssica me fez perceber que é possível ser livre. A Paula – minha personagem na peça – tem humor, mas com delicadeza. O público vai rir e se divertir com ela, mas não é um trabalho propriamente cômico.

Como foi o dia a dia com o diretor Elias Andreato?

Ele é uma das pessoas mais doces com que trabalhei, é carinhoso no processo. E tem uma facilidade para transmitir o que pensa porque também é ator. Não quero jamais deixar de trabalhar com ele.

METRO





Hugo Mãe debate hoje novo livro

Valter Hugo Mãe se tornou conhecido do público brasileiro, basicamente, por dois motivos: 1) Foi o autor-sensação da última edição da Flip (Festa Literária Internacional de Paraty), no ano passado; 2) Todas as frases de seus livros eram escritas apenas com letras minúsculas.

Em seu mais recente lançamento, "O Filho de Mil Homens" (Cosac Naify, 256 págs., R\$ 39), o escritor se reconcilia com as maiúsculas e cria uma narrativa amorosa e poética em tom semelhante ao da fala com a qual conquistou o público durante a Flip.

Mãe autografa o livro e fala sobre sua escrita em um bate-papo, hoje à noite, na Livraria da Vila.

Na Livraria da Vila (r. Fradique Coutinho, 915 tel.: 3814-5811). Hoje, às 19h30. Grátis.



cultura

Música e dança



Começam hoje as vendas para o Pop Music Festival, que acontece dia 23/6, no Anhembi, com shows de Jennifer Lopez (foto) e Kelly Clarkson. Os ingressos custam R\$ 260 (pista) e R\$ 540 (pista premium). No livepass.com.br. METRO

Guilherme Arantes revê 35 anos de carreira em um show inteiramente instrumental. Hoje, às 19h, no Sesc Consolação (r. dr. Vila Nova, 245, tel.: 3234-3000; grátis). METRO

Morena Nascimento estreia hoje, na Galeria Olido, o solo "Claraboia". Toda a dança se passa sobre um teto de vidro, o que faz o público assisti-la deitado em um colchão (av. São João, 473, tel.: 3331-8399; seg., às 20h, até 28/5; grátis). METRO



'O HUMOR É LIBERTADOR[®]

Após ter o talento cômico revelado com a ciumenta Jéssica, da novela "Passione", a atriz Gabriela Duarte volta aos palcos cinco meses depois do nascimento do segundo filho na comédia romântica "A Garota do Adeus", adaptação de Edson Fieschi para o filme homônimo escrito por Neil Simon. A peça, sobre uma dançarina que se vê constantemente abandonada pelos namorados, estreia nesta sexta, no Teatro Renaissance, e tem direção de Elias Andreato.

Por que você aceitou o papel mesmo com um filho



VAI COMPRAR UM BEM DE VALOR ELEVADO? BEM, O JEITO É PARCELAR

maior parte de nós jamais ganhará dinheiro suficiente para adquirir de uma única vez bens de valores mais elevados. Não estou só falando de adquirir imóveis, que podem custar centenas de milhares de reais, nem mesmo de comprar carros, que podem custar dezenas de milhares de reais.

Falo também de itens "pesados", porém de valor um pouco mais comedido, feito uma nova TV de LCD, uma nova geladeira de inox com água gelada na porta, ou um novo conjunto de sofás, itens compráveis por alguns milhares de reais. Pois eu lhe pergunto: quem é que pode tirar R\$ 2 mil ou R\$ 3 mil do salário do mês, assim, numa tacada só? Então, não resta alternativa: tem de parcelar!

Porém, comprar antes para pagar parcelado depois, jamais poderia ser a forma de parcelamento que eu lhe recomendaria. Quero lhe sugerir que parcele antes, poupando e investindo uma certa quantia todos os meses, para poder efetuar a compra depois, à vista, sem incorrer no pagamento de juros, aliás, tendo recebido juros durante o período de aplicação, e na hora da quitação à vista ganhando um descontão!

Um exemplo prático: a compra de uma TV de LCD. Você tem os R\$ 2 mil e poucos para dar numa paulada só? Puxado... Então, há duas outras opções: 1ª) levar a TV para casa hoje, e pagar 24 prestações de R\$ 100, durante dois anos; ou então: 2ª) aplicar R\$ 100 por mês na Caderneta de Poupança durante 18 meses (1 ano e ½), e comprar a TV à vista, em "dinheiro vivo", por R\$ 1.900,00 com um descontão de R\$ 500 (que basta procurar para achar!), daqui a um ano e meio.

Você é quem sabe: no primeiro caso, leve já e pague durante dois anos. No segundo caso, "pague" (invista) durante um ano e meio, e depois leve a TV para casa já quitada, economizando seis meses de prestação mensal de R\$ 100, e ainda por cima já comprando uma TV de geração mais nova.

Prof. Marcos Silvestre é economista com MBA em Finanças e Controladoria pela Universidade de São Paulo. Há 21 anos atua como educador e planejador financeiro especializado. Idealizou na Unicampo PROF® Programa de Reeducação e Orientação Financeira. É fundador da SOBREDinheiro® Sociedade Brasileira de Estudos sobre Dinheiro e autor dos best-sellers "12 Meses para Enriquecer: o plano da virada" e "Investimentos à Prova de Crise". Dirige o site www.oplanodavirada.com.br e apresenta a coluna diária e o programa semanal Na Ponta do Lápis na BandNews FM.

Os invasores



Cruzadas

Aquele que escapou da cadeia	*		onal como ronha (fut.)	*	Comida fina Concede	Negócios realizados pelos sebos	٠
		Coletivo	de "lobos"				
•			*			•	
(7) Mader, atriz brasileira	٠				Registro de processo jurídico		
Encher de comida		Erva- mate, em tupi	٠		*	(7) France, companhia aérea	
•						•	
Macigo do pico das Agulhas		Medida térmica (pl.)			Literatura (abrev.)		
Negras Registro Geral de Imóveis (sigla)	•	*		Primeiro de (?): Dia do Trabalho	٠	Causar forte des- conforto físico	
٠				*		*	
Forma da parte su- perior do obelisco			Deus egip- cio sim- bolizado pelo Sol	•			
Antiga re- de de TV Utensilio do gari	•				(7)2, banda de Bono Vox		
					*		

Sudoku

Para solucionar o jogo, basta preencher com números de 1 a 9 as linhas verticais e horizontais sem repeti-los

		5			7	8		
	8			5			3	
3			6					2
		6						8
	9			7			4	
8						1		
9					6			5
	4			2			9	
		7	4			3		



Leitor fala

Horto

Cada hora é uma desculpa e o resultado é sempre o mesmo, portas fechadas. Já é hora de São Vicente parar de enrolação e entregar o parque, que é um dos que mais chama a atenção de turistas. O único equipamento que atrai público é o teleférico, que ainda por cima é de empresa particular. Fora o Horto a cidade tem pouco a oferecer. Um feriado acabou de passar e os turistas mais uma vez ficaram sem o parque. Quantos mais feriados passarão até que o local esteja disponível para a população?

Ramon dos Santos, São Vicente

Prédios

Soluções

Diretas

O mercado imobiliário santista está em seu ápice. Novos imóveis surgem de uma hora para a outra aguçando o desejo de quem procura um lar. O problema é que esses novos prédios estão com preços absurdos, impraticáveis para o cidadão mediano. Não sei até onde eles vão com esses preços, se terão tantos compradores assim. Com esse estouro do pré-sal até mesmo os prédios antigos e tortos de Santos estão valorizando. **Mateus Ribeiro, Santos**

O que você achou da Virada Cultural deste ano?

twitter

Siga o Metro no Twitter:

@VectorCommander:

Cancelaram a pista da Puzzle Heads por falta de estrutura, e ainda teve a galinhada do Atala, mais derrubada que Barricadas.

@fernandosilva: Sempre a mesma coisa: ideia boa mas mal feita.

@yamafe: Terrível.



www.estrelaguia.com.br

Horóscopo



GUIO Está escrito nas **estrelas**

Áries (21/3 a 20/4)

Adapte-se a novas ideias e realidades, vai ser preciso inovar para sair do marasmo e ultrapassar barreiras que possam estar dificultando o seu desempenho.



Touro (21/4 a 20/5)

Conte com os amigos para diminuir a sua carga de preocupa-ções e tarefas, evite tentar assumir muitas responsabilidades sozinho, divida com as outra pessoas.



Gêmeos (21/5 a 20/6)

Sonhos e ambições podem não se realizar exatamente do jei-to que você está imaginando, mas podem ter resultados mui-to positivos para você sem menos esperar.



Câncer (21/6 a 22/7)

Tendência a quebrar antigas regras e se adaptar a inovações. principalmente se foram trazidas por parceiros ou colegas de trabalho. Necessidade de mudanças.



Leão (23/7 a 22/8)

Paciência para aturar os destinos de terceiros. Deixe a corda um pouco folgada para ver até onde as pessoas podem ir sem que possam lhe causar prejuízos.



Virgem (23/8 a 22/9)

Iniciativas atrapalhadas podem causar bastante estresse, trate de jogar junto com os seus parceiros e tomar decisões mais maduras em conjunto com eles.



Libra (23/9 a 22/10)

Dia de aprender novas tecnologias ou conhecimentos diferentes junto com parceiros ou amigos. Evite situações arriscadas que possam comprometer a sua imagem.



Escorpião (23/10 a 21/11)

Escopiao (23/10 a 21/11) Emoções e paixões poderão levar você a atitudes um tanto radicais, evite ser teimoso e desagradar as pessoas. Vá até onde você esteja sendo bem aceito.



Sagitário (22/11 a 21/12)

Tropeços sobre as próprias pernas. Tentar inovar sem se preparar primeiro pode causar alguns atrapalhos e inconveniências, não faça as coisas sozinho.



Capricórnio (22/12 a 20/1)

Meios tradicionais podem não funcionar a seu favor, esteja pronto para aprender coisas novas e se adaptar ao invés de ser teimoso demais e se desgastar.



Aquário (21/1 a 19/2)

Desorganização ou otimismo demais podem impedir você de concretizar as coisas que estão passando pela sua cabeça. Trate de ser mais organizado para vencer.



Peixes (20/2 a 20/3) Se as coisas não vão pra frente não insista. Procure entender o que está travando as coisas para você e talvez abrindo espaços para os outros, aprenda



Atrações nacionais se destacam na Virada

Titãs fizeram a São Ioão fervilhar com o disco 'Cabeça Dinossauro' Stand-up se consolida no evento

Apesar de ter uma edição marcada por atrações internacionais, as bandas nacionais foram o grande destaque da 8ª Virada Cultural.

Sob o sol do meio-dia de ontem, os Titãs encheram a avenida São João com gente disposta a cantar os sucessos do disco "Cabeça Dinossauro", tocado na íntegra. Na madrugada, o mesmo palco reuniu um dos maiores públicos da Virada, com os Mutantes.

Os estrangeiros mais badalados foram Seun Kuti & Egypt 80, Man Or Astro-Man? e Suicidal Tendencies, com um punk que fez os fãs até derrubarem a barreira VIP.

Em seu segundo ano na programação, o stand-up comedy se consolidou no evento. A Sé comportou melhor o público do que o Anhagabaû em 2011, e concentrou bastante gente.

O novíssimo palco de teatro, no Pátio do Colégio, tem tudo para fincar terreno. O público chegava cedo para as apresentações, preenchendo todas as cadeiras. A boa programação, no entanto, sofreu com o barulho do entorno, e peças com classificação indicativa para maiores de 16 anos eram exibidas mesmo com crianças na plateia.

Apontado como destaque deste ano, o palco em ĥomenagem a Elis Regina acabou apagado, ganhando força no encerramento com a presença de Jair Rodrigues.

Na ausência de um espaço dedicado ao forró, um grupo improvisou uma concorrida roda de pé-de-serra na praça do Patriarca em homenagem a Luiz Gonzaga. O METRO

LEIA MAIS NA PÁG.4



Multidão vê Maria Rita

Cerca de 40 mil pessoas conferiram a apresentação emocionada que a cantora Maria Rita fez, na tarde do último sábado, no Parque da Juventude (zona norte). Em quase duas horas de show, ela repassou 29 músicas do repertório de sua mãe, Elis Regina, morta há 30 anos, e teve de conter o choro diversas vezes ao falar dela, como ao fim de "O Bêbado e a Equilibrista".



Pedro Dantas passa bem após traqueostomia

O cantor Pedro Dantas, filho do sertanejo Leonardo, foi submetido ontem a uma traqueostomia, mas passa bem. Ele permanece internado na UTI do Hospital Sírio-Libanês e seu quadro clínico continua estável.

METRO









Recipiente interno

que não esquenta

Tampa de vidro para visualizar o preparo



Veja os produtos mais baratos do mercado em www.precinhobasico.com.br

Não esqueça! Dia 8/5 confira aqui o melhor preço da semana: www.precinhobasico.com.br





O Circo de Moscou no Gelo completa 48 anos de fundação este ano e se apresenta quarta e quinta-feira no Teatro Coliseu.

Desde sua estreia, em Bruxelas, em 1964, a companhia vem conquistando sólida reputação junto ao público e à critica internacional, com uma montagem inovadora com a combinação entre o universo

circense, o balé clássico tradicional e a patinação artística.

Um dos mais importantes diretores de dança artística da extinta União Soviética, o coreógrafo Arnold Gregroyevich, foi um dos fundadores do grupo, que conta atualmente com a direção de Natalia Abramova e reúne 35 bailarinos especializados em patinação ar-

tística

A sincronia de movimento, o preparamento físico, a habilidade técnica e o esquilíbrio em acrobacias arriscadas e precisas são elementos que pontuam a excelência do espetáculo – ainda hoje é o único balé circense no gelo do mundo. São 26 artistas distribuídos em 17 números em dois atos, que incluem ma-

labares, dança, trapézio e entradas de palhaços, que dão o tom lúdico ao show. A trilha sonora vai do clássico à tradicional música russa, trazendo também arranjos contemporâneos.

História

O surgimento do primeiro "circo no gelo" do mundo é um marco na história do gênero. O Circo de Moscou no Gelo é oriundo do Grande Circo Nikulin, da Rússia, último trabalho assinado por Arnold Gregroyevich, nome importante na cena cultural, com produções de cinema, reatro e balé clássico. Foi o prórpio coreógrafo que fez a seleção do elenco original e produziu o primeiro espetáculo, que estreou em outubro de 1964, na Bélgica.

Suas turnês já passaram por países como França, Itália, África do Sul, Nove Zelândia, Japão, China, Canadá, entre outras.

METRO SANTOS

No teatro Coliseu (rua Amador Bueno, 237, Centro Histórico, tel.: 4062 0016). Quartafeira e quinta-feira às 20h30. Ingressos: de R\$ 100 a R\$ 60. Classificação: Livre.

Companhia comemora dez anos com espetáculo

A Companhia Ohm, para comemorar seus dez anos, realiza uma apresentação hoje da peça "Prólogo para o Diletante", de autoria de Carlos Alberto Soffredini e direção de Renata Carvalho.

Carlos Alberto Soffredini nasceu em Santos e foi autor e diretor de diversas peças. Trabalhando com grupos teatrais característicos da década de 1970, Soffredini construiu sua carreira como diretor e dramaturgo, buscando sempre criar espetáculos com foco na cultura popular.

A peça será encenada em dois locais diferentes.

Às 9h acontece na Creche Tia Eglê, localizada na rua Abomina Amelia Caldeira Tolentino, 45, Bom Retiro. Às 14h, o evento ocorre no Morro do São Bento localizado na rua Nossa Senhora da Conceição, 156. Todas as apresentações são gratuitas.

METRO SANTOS



Receita da beleza

Se existisse uma receita secreta para manter a saúde do corpo e vico da pele. cabelo e unhas, certamente ela estaria escondida à mesa. Alguns alimentos retardam a função dos radiciais livres, estimulam a produção de colágeno, evitam a celulite e, até, atuam como agentes antiidade.

"Esses benefícios são provenientes da ação das vitaminas e sais minerais presentes em algumas verduras, frutas e sementes", diz Vânia Sarmento, nutricionista da Unifesp.

Ao incluir os "mocinhos da estética" na dieta em quantidade moderada, os resultados podem ser percebidos em cerca de mês. Segundo a nutricionista, vale lembrar que os efeitos

são mais lentos do que os provenientes do uso contínuo de cosméticos. Isso acontece porque após a ingestão o corpo ainda precisa produzir determinada substância para, só depois, eliminar as rugas, por exemplo. No entanto, os beneficios são duradouros, já que o processo começa dentro do organismo. "Vale a pena aliar o consumo desses alimentos ao uso de cosméticos. A dupla acelera ainda mais os resultados ", explica Vânia.

Uma boa hidratação também deve fazer parte da rotina. A água ajuda na eliminação das toxinas e a aumentar o brilho da pele. • Alimentos ricos em ômega 3 e antioxidantes evitam celulite e melhoram o vico da pele Resultado é mais rápido se o consumo for associado ao uso de cosméticos

Couve

Rica em magnésio

e potássio. Esses

na eliminação da

gordura, mantêm

a pressão arterial

e controlam os

músculos.

movimentos dos

minerais atuam

Gengibre

Ótimo para a perda de gordura e celulite. Além disso. minimiza olheiras. melhora o sono, e evita a queda de cabelos.

Ovos

Fonte de vitamina A e E e um ótimo agente antioxidante. Além disso, o ovo contém os aminoácidos que auxiliam na formação de fibras musculares, elásticas e colágenas.

Tomate

Rico em licopeno, o tomate ajuda a retardar o envelhecimento, minimiza os efeitos do estresse e da radiação solar.

Açaí

Poderoso alimento com função antioxidante. O acaí ainda reduz a celulite e retarda o envelhecimento.

o zinco é benéfico para a pele e atua no crescimento de unhas e cabelo. O mineral é encontrado em nozes, castanhas, carnes e semente de abóbora.

o selênio atua na elasticidade da pecastanha-do-pará são os alimentos mais ricos nesse mineral. Uma castanha-do-pará contém a quantidade ideal de selênio para ser ingerida por dia.

Cereais

Auxiliam no hom funcionamento do intestino. As sementes de linhaca também possuem essa função.

MARIANNA PEDROZO METRO SÃO PAULO

Salmão

Alimento número um na receita da beleza, o salmão é rico em Ômega 3, substância responsável pela regeneração celular. O atum e a sardinha também são boas fontes de Ômega 3.

Abacate

Rica em vitaminas A e E, a fruta tem função antiinflamatória, o que inibe a inflamação das células e combate a acne e a celulite.

Manga

A fruta ajuda o organismo a eliminar toxinas e é uma boa fonte de silício - mineral essencial para a formação de colágeno.

QUINTA-FEIRA NA CINEMARK, DESCONTO PARA CASAIS.

PELO MENOS NO PREÇO DO INGRESSO, VOCÊS DOIS SÃO UM SÓ.





cinemark.com.br



Oca Cota

OMOÇÃO VÁLIDA POR TEMPO INDETERMINADO (EXCETO PARA FERIADOS E VÉSPERA DE FERIADOS), NÃO CUMULATIVA COM OUTRAS PROMOÇÕES E APLICÁVEL APENAS NO CINEMARK PRAIAMAR SHOPPING



- Camisetas mais largas em cores fortes.
- Camisas básicas em tons neutros com detalhes em couro.
- Calcas de seda com cintura alta e cores chamativas.



◆ Após 30 anos nos Estados Unidos, a J.Crew investe no mercado internacional • Diretora de criação da marca fala sobre a expansão

JENNA LYONS 'NÓS NÃO QUEREMOS SER EXCLUSIVOS'

Por muitos anos, a J.Crew, famosa marca de roupas femininas norte-americana, lançou peças incríveis, porém impossíveis de serem compradas. A primeira da-ma dos EUA, Michelle Obama, foi uma das primeiras pessoas a introduzir no mundo da moda as peças coloridas da grife, sem falar nos casaquinhos e saia lápis.

Hoje, a marca deixou de ser um "benefício e luxo" de algumas felizardas. A nova política da J. Crew é investir no mercado internacional. O Metro conversou com Jenna Lyons, presidente e diretora de criação da marca, sobre esta expansão – a princípio para 107 países. Há 30 anos, a J.Crew era vendida apenas nos EUA..

Por que a marca decidiu expandir para o mercado inter-

nacional só agora?

Percebemos que muitas consumidoras ligavam para a loja em Nova York para importar algumas peças.

Como a J.Crew pretende levar o estilo americano para outro tipo de público?

Algumas marcas possuem um estilo próprio. No entanto, nós esperamos que a consumidora da J.Crew coloque sua personalidade sobre nossas roupas. Nós não queremos apresentar apenas uma forma de usar as roupas. É impressionante ver como pessoas de culturas e países distintos podem montar looks diferentes com uma mesma peça.

O que contribuiu para aumentar a popularidade da marca nos últimos anos? Tentamos desenvolver

precos mais acessíveis? Isso é um desafio. Nós não

"Nós não nos consideramos uma marca de luxo ou convencional."

JENNA LYONS, DIRETORA DE CRIAÇÃO DA I.CREW

looks mais atraentes e fashions nos últimos quatro ou cinco anos. O contato com grandes designers, como Diane Von Furstenberg e Anna Wintour, contribuiu para aumentar nossa intimidade com o mundo da moda e a confianca da indústria do segmento fashion com nossa marca.

Como você pretende aliar o conceito fashion da marca a

nos consideramos uma marca de luxo e não queremos ser exclusivos. Na ver-

dade queremos que as pessoas sintam que podem ter uma peça da J.Crew no armário. Queremos mostrar que podemos fazer coisas legais.

Muitas pessoas associam a J. Crew ao seu jeito de se vestir. Você se sente pressionada a andar sempre impecável?

Isso é engraçado. Um dia estava no aeroporto de Londres e deixei cair meu batom no chão. Poucos minutos depois uma mulher veio me perguntar se eu era Jenna Lyons. Me senti tão agradecida de ter esta conexão com as pessoas. Mas, na verdade, não me sinto pressionada por isso, principalmente sobre a forma com que me visto.

KENYA HUNT METRO INTERNACIONAL

Elas usam

J.Crew

Confira as famosas que adoram a marca e sempre que podem desfilam com uma nova peca da J.Crew. Michelle Obama, primeiradama dos EUA, adora as pecas e, por isso, muitos fashionistas a consideram como a "garota propaganda" da grife.



Tudo azul para o tri

Nevmar e Ganso brilham, Santos vence o Guarani e fica perto do título • Craque não para de fazer história

O torcedor santista vai passar a semana esfregando as mãos para levantar mais uma taca de campeão. No primeiro jogo da decisão do Paulistão 2012. o Peixe mostrou mais uma vez que tem duas peças foras de série, decisivas e letais. Mesmo sem mostrar um futebol brilhante durante todo o jogo, o time da Vila contou com Neymar e Ganso para aplicar 3 a 0 no Guarani e ficar bem perto do tricampeonato estadual.

No próximo domingo, o Bugre terá que devolver o mesmo placar para levar a decisão para os pênaltis. Só uma vitória por quatro gols de diferença leva o título para Campinas. Missão quase impossível.

O Guarani até que mostrou valentia e qualidade, mas quando se tem pela frente Neymar e Ganso, é necessário muito mais.

Com a tranquilidade típica dos times campeões, o Santos construiu a vantagem naturalmente. Ganso abriu o placar com um golaço ainda no primeiro tempo, batendo de fora da área. Na etapa final, Neymar deu o seu show. Fez o segundo após jogada do camisa 10 e fechou o placar com mais um lindo e histórico gol. • metro



Na frente de Neymar só Pelé

Com os dois gols marcados ontem, Neymar atingiu mais uma marca histórica na sua meteórica carreira com a camisa santista. O craque chegou aos 104 gols pela equipe e agora é o maior artilheiro do clube na era pós-Pelé, ao lado de Serginho Chulapa e João Paulo. Em homenagem aos ídolos do passado, ele comemorou seus gols ao estilo dos dois jogadores. "Foi uma homenagem para o Serginho e para o João Paulo", disse Neymar.



mil pessoas compareceram ao Morumbi. Segundo a Polícia Militar, o clima foi de tranquilidade e apenas duas ocorrências de atos violentos foram registradas.

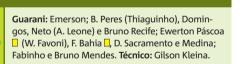


"Gostaria de parabenizar o Guarani pelo jogo limpo. O time foi leal, jogou na bola."



"O Guarani fez uma boa partida, e o Neymar, mais uma vez fez, a diferença"





Santos: Aranha; Henrique ☐, Edu Dracena, Durval e Juan; Adriano 🗔, Arouca, Elano (Ibson) e Paulo Henrique Ganso: Nevmar e Alan Kardec. Técnico: Muricy Ramalho.

Gols: Ganso, aos 42 do 1º; Neymar, aos 20 e aos 46 minutos do 2º empo. • **Arbitragem:** Luiz Flavio de Oliveira auxiliado por Marcelo Van Gasse e Carlos Alberto Nogueira Jr. • **Público:** 40.146 pagantes.

























** PREMIO - 214.162 MATEUS MATOS OLIVEIRA SANTOS RUBENS JOSÉ CAIRIAC 3" PRÉMIO - 268.847 4" PRÉMIO - 030,942 P PRÉMIO - 206.266

SANTOS E REGIÃO

ÉRICA ALVES DOS SANTOS

8" PRÉMIO - 222 980 8" PRÉMIO - 022,593

10" PRÉMIO - 210.328 JOSÉ NILTON DA SILVA SANTOS

GILBERTO DE OLIVEIRA ROBERTO BATISTA SANTANA ADILSON PEDRO DA SILVA **EDIVALDA DE JESUS SANTOS** SÉRGIO RICARDO RIBEIRO





Inter ajuda e Juve é campeã

Pela 28ª vez na história, a Juventus conquistou o título do Campeonato Italiano. O scudetto da temporada veio com uma rodada de antecedência e a Juve contou com uma ajudinha da Inter para levantar a taça. Isso porque, no clássico

de Milão, a Inter goleou o Milan por 4 a 2 e acabou com as chances do rival ultrapassar a equipe de Turim na tabela. Com a vitória sobre o Cagliari por 2 a 0, a Juve chegou aos 81 pontos, quatro a frente do Milan. • METRO

City perto do título

O Manchester City venceu o Newcastle por 2 a 0 e ficou a uma vitória do título inglês, que não conquista há 44 anos. Yaya Toure marcou duas vezes. O time azul de Manchester só não levantou a taça porque seu rival United fez
2 a 0 no Swansea e chegou
a 83 pontos, três a menos
do que o líder. Na última
rodada, o City enfrenta o
Queens Park Rangers enquanto o United pega o
Sunderland. • METRO



Maurren é ouro no GP de Belém

A atual campeã olímpica no salto em distância foi o destaque brasileiro no GP Brasil de Atletismo vencendo prova final com 6,62 m. No quadro geral, o país conquistou 20 medalhas nas 15 provas disputadas - sendo quatro de ouro, sete de prata e nove de bronze.

METRO

Flu vira e pedala para cima do Bota

No primeiro jogo da final do Carioca, Tricolor vence o Botafogo por 4 a 1 e fica bem próximo do título estadual ◆ Atacante Fred marcou um golaço de bicicleta

VAGNER MEIER / FOTOA



O técnico do Fluminense, Abel Braga, disse, antes do jogo, que dificilmente o placar do primeiro jogo da final do Campeonato Carioca definiria qualquer coisa. Estava errado. Ele mesmo comemorou o quarto gol da vitória tricolor sobre o Botafogo, por 4 a 1, ontem, no Engenhão, como um título.

A vantagem do Flu para o segundo jogo é fantástica: pode perder por até 2 a 0, que ainda assim é campeão. O Botafogo precisa vencer por 3 a 0 para ir para os pênaltis, ou golear por pelo menos quatro gols de diferença.

O Fogão saiu na frente com Renato, logo no início do jogo. Fred empatou ainda na primeira etapa com um golaço, de bicicleta. O Fluminense voltou melhor e a expulsão do botafoguense Lucas facilitou. Rafael Sóbis virou e ampliou. Sob gritos de 'olé', da arquibancada, Marcos Junior determinou a goelada.

4 *****

Fluminense: Diego Cavalieri; Bruno, Gum, Leandro Euzébio de Carlinhos de Edinho, Jean, Deco (Wagner) e Thiago Neves (Marcos Junior); Rafael Sobis de Fred (Rafael Moura). Técnico: Abel Braga



Botafogo: Jefferson; Lucas ☐ , Antônio Carlos, Fábio Ferreira e Márcio Azevedo; Marcelo Mattos, Renato, Fellype Gabriel, Maicosuel (Jadson) e Elkeson (Caio); Loco Abreu (Herrera). Técnico: O. de Oliveira

• Gols: Renato aos 8', Fred aos 43' do 1º tempo; Rafael Sobis aos 12' e 19' e Marcos Junior 38' do 2º • Arbitragem: Luis Antônio Silva Santos, auxiliado por Ediney Mascarenhas e Leonardo de Castro Moreira • Pagantes: 28.182

Breves

Bolt volta com tudo nos 100 m

RAIO. O velocista jamaicano Usain Bolt iniciou a temporada com o melhor tempo do ano nos 100m. Na prova, realizada em Kingston, na Jamaica, ele venceu com o tempo de 9s82. • METRO

Bala perdida mata jogador

NA ARGENTINA. Lautaro Bugatto, de 20 anos, atleta do Banfield, time da primeira

divisão do país, foi atingido por uma bala perdida quando chegava em sua casa, na periferia de Buenos Aires. Bugatto recebeu um tiro que atravessou seu pulmão durante um tiroteio entre policiais e bandidos. Em 2009, o jogador chegou a ser convocado para a seleção argentina sub-20. • METRO

Cacá leva mais uma na Stock

NO RS. O piloto Cacá Bueno conquistou a sua segunda vitória na temporada 2012 da Stock Car, no autódromo do Velopark, no Rio Grande do Sul. Ricardo Maurício, que liderou no início, foi o segundo e Max Wilson, o terceiro.